مٹن ہرا مصالحہ

اجزاء:

مٹن بوٹی ------ ایک کلو

پیاز ----- ایک بڑی

ہری مرچیں ------ دس عدد

کری پتہ ------ چند پتے

تیل ------ آدھا کپ

کالی مرچ ------ ایک چائے کا چمچ

نمک ----- ایک چائے کا چمچ

لہسن ------ ایک کھانے کا چمچ

زیرہ ----- ایک کھانے کا چمچ

ادرک ------ دو کھانے کے چمچ

قصوری میتھی ------ دو کھانے کے چمچ

لیموں کا رس ------- تین کھانے کے چمچ

ہلدی ----- حسب ضرورت

ہرا دھنیا ------ آدھی گٹھی

پالک ------ ایک گٹھی

ترکیب:

-ایک پین میں تیل گرم کر کے اس میں لہسن فرائی کرلیں

اب اس میں مٹن، ہلدی اور نمک شامل کر کے تیز آنچ پر 10 منٹ تک پکائیں-

اس کے بعد 3 کپ پانی ڈالیں اور ابال آنے پر اتنا پکائیں کہ مٹن گل جائے-

ڈھکن ہٹا کر پانی خشک کرلیں- پھر اس میں پیاز شامل کر کے 5 منٹ پکائیں-

کٹی ہوئی پالک ڈال کر 5 منٹ تک پکنے دیں-

آخر میں ادرک، زیرہ، کالی مرچ، دھنیا، لیموں کا رس، کری پتہ اور قصوری میتھی شامل کر کے دو منٹ پکا کر اتار لیں-

مٹن ہرا مصالحہ تیار ہے-

0307-8162003